

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 29.08.2022

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ

Наименование блюда

Дошкольный возраст
с 3 до 8 лет

масса
порции
(гр)

калорий-
ность порции
(Ккал)

ЗАВТРАК

Кисель витаминизиров.

50

18,5

Каша Геркулес вязкая

180

149,0

Чай сладкий

180

54,0

Хлеб пшеничный

20

47,0

Печенье

30

146,4

II ЗАВТРАК

Сок

165

68,0

ОБЕД

Свежий огурец

70

11,5

Борщ из св.капусты

200

76,0

Мясо отварное

60

169,8

Пюре картофельное

100

92,0

Компот из с/ф

180

99,0

Хлеб пшеничный

20

47,0

Хлеб ржаной

40

70,0

ПОЛДНИК

Икра свекольная

60

55,2

Макаронник с печенью

110

170,82

Чай сладкий

180

54,0

Хлеб пшеничный

20

47,0

Ст.медсестра _____